



新 聊 城



日 报 公 众 号

聊城晚报



晚 报 公 众 号



新 闻 网 公 众 号

聊城日报社 出版

2026年8月10日 星期一 丙午年六月廿八

LIAOCHENG WANBAO

国内统一连续出版物号:CN 37-0049

今日8版 第6035期

我的城市在成长

让运动的触角延伸至每个角落

——聊城市全民健身公共服务体系建设观察

文/图 本报记者 张承斌

8月8日是我国第十八个全民健身日。行走在聊城各地公园、专业场馆、社区健身场地,随处可见挥汗运动的市民。多年来,我市紧扣全民健身国家战略,持续扩容公共体育空间、布局智慧健身设施、培育多元特色运动项目,构建起覆盖全年龄段、适配各类需求的全民健身服务体系,让运动健身真正融入市民日常,绘就水城活力健康新图景。

场地全域布局,场馆惠民开放

8月8日清晨六点,聊城市体育公园塑胶跑道上已有大批市民在慢跑、快走;全民健身活动中心内,羽毛球、乒乓球场地早已满场,市民有序进行锻炼。家住湖南路周边小区的市民刘女士每天清晨都会来这里健身,她感慨道:“场馆分时段免费开放,跑道、球场随时能用,出门几分钟就能抵达,非常方便。”

按照省、市体育建设规划,“十四五”期间,聊城市超额完成体育公园建设任务,全市累计建成东昌府区体育公园、茌平区(茌山)体育公园、高唐体育公园等7座综合性体育公园,完成率达175%,莘县体育公园也在加快筹备落地中。各大公园依托河湖生态空间合理布局运动分区,划分青少年、中青年、中老年专属活动区域,配套笼式足球场、标准篮球场、健身步道、儿童游乐设施,兼顾休闲观景与健身需求。临清文化体育公园打造“一轴两环五心”运动景观,高唐体育公园配齐攀岩、滑草等特色户外设施,东阿体育公园依托洛神湖湿地打造亲水健身长廊,各县(市、区)体育阵地因地制宜、各有特色。

全市14处公共体育场馆全面落实免费、低收费开放政策,市级体育场、体育馆、全民健身中心分冬夏时段延长服务时长,茌平、临清、阳谷等县(市、区)体育场每日清晨五点多便对外开放,部分场馆实现全天运营。各公园创新运营管护机制,在山体育公园实行全年免费开放,配备专业维修团队定期巡检;东昌府区体育公园推行“基础项目全免费、特色项目市场化”模式,配套24小时监控安保;东阿体育公园招募市民监督员,增设智慧停车位,优化市民健身配套。每逢节假日、全民健身主题活动月,所有公共场地全部敞开大门,常态

化举办职工球赛、太极拳展演、群众运动会,让公共体育资源真正惠及千家万户。

科技赋能,健身更加科学

“以前锻炼全凭感觉,现在智能器材能实时显示心率、消耗热量,还有语音指导动作,年纪大了锻炼也不怕受伤。”古楼街道铁塔公园内,65岁市民张先生经常在智能漫步机上锻炼,屏幕清晰记录运动相关数据。如今,智能健身设施已经成为聊城公园、社区的标配,科学健身走进寻常百姓家。

全市持续加大智慧体育投入,2025年新建、更新上千件标准化健身器材,完成6万余件老旧器材巡检维护,134所学校体育场地向社会开放。东昌府区体育公园、望岳湖青少年体育公园布设多处智能健身驿站,配备体测亭、智能力量器械,依托人脸识别、微信小程序实现运动数据云端存储,市民扫码即可查看运动报告、获取个性化锻炼建议。二干渠智慧健身步道搭载AI识别大屏,实时记录跑步行程,常年活跃用户超五千人。茌平区体育公园试点“一码通”智慧系统,市民扫码就能查看场地空余、在线预约,场地使用效率提升三成以上。

各类智能器材兼顾老年康养、青年健身、亲子互动多重需求,配备图文指引、语音播报,降低运动损伤风险。室外智能设施加装太阳能遮雨棚,不受晴雨天气限制,好家庭微型智能健身房全年服务上万人次,设备稳定运行率超99%。从城区大型公园到乡镇文化广场,科技感十足的健身设备随处可见,推动市民健身从“盲目锻炼”转向“数据化科学健身”,“测试—评估—训练—提升”的完整健身闭环逐步形成,智能设施也成为邻里交流、老少同乐的社交新平台。

小众运动火出圈,健身选择更多元

拉弓瞄准、出拳防守、陆地推壶、挥拍对战……

如今,射箭、少儿拳击、陆地冰壶、匹克球等以往的小众运动,在聊城迅速升温,成为青少年素质培养、青年休闲解压的热门选择,全民健身方式愈发多元。

聊城市青少年文化宫射箭训练馆常年有四十余名青少年参训,分启蒙、进阶等多个班级,形成“校园体验—长期培训—赛事选拔—体育单招升学”的完整成长通道。不少内向的孩子通过射箭训练变得自信专注,家长魏女士说:“孩子从前上课坐不住,练习射箭一年多,专注力、自律性提升特别明显,还主动训练不用督促。”拳击项目同样广受家长认可,训练兼顾体能锤炼与礼仪教育,全程佩戴护具模拟对抗,多名学员在省级拳击联赛中斩获名次。

陆地冰壶凭借低对抗、重策略的优势走进校园与场馆,全市累计十余万人次参与体验,专业队伍顺利输送至省级专业队;近两年落地的匹克球融合乒羽网球特色,上手简单、适配全年龄段,市匹克球协会常态化开展教练员培训,社区、校园试点场地全面铺开。除此之外,射击、飞盘等新兴休闲运动持续普及,各运动协会常态化举办公益体验课,省市各级赛事,寒暑假面向高三毕业生、返乡青年推出免费培训,降低大众参与门槛。

多元化运动项目满足不同年龄、不同兴趣市民的需求,不喜欢高强度对抗的老人可选择冰壶、射箭解压,青少年能通过拳击、射箭磨炼意志,上班族可借助匹克球进行休闲社交。各类小众运动配套完善的培训、赛事体系,既丰富了市民日常健身选择,也催生了体育培训、场地租赁等新消费热点,为水城全民健身事业注入源源不断的新鲜活力。

全民健身日期间,全市各体育公园、公共场馆、运动训练馆还推出免费体验、体质监测、公益教学系列主题活动。我市将持续完善城乡一体化体育设施网络,深化智慧体育建设,培育更多特色群众运动,不断补齐健身配套短板,让全民健身理念扎根水城。



市民在练习拳击



小朋友在学习射击



青少年在练习冰壶